

研究報告

健康増進施設のボランティアにおけるスピリチュアルな態度の変化

ー美術文化法ボランティアに対する混合研究アプローチの事例ー

塚田 叔子¹ 富田 聖資¹ 木村 友昭²

抄 録

本研究は、健康増進施設のボランティアがその活動を継続することにより、QOLおよびスピリチュアルな態度が変化するかどうかを明らかにするために、心理尺度を使用した量的なアプローチと、個別のインタビューによる質的なアプローチを併用して行った。2014年8月から2017年3月の間、統合医療施設である広島療院の美術文化法ボランティアを対象に調査を行った。研究参加者は、10項目版MOAQOL調査票（MQL-10）、および20項目版SKY式精神性尺度（SS-20）に回答した。1年以上経過後、フォローアップ調査を実施した。研究参加者144人の中で、フォローアップ調査への参加者は63人（43.8%）であった。ベースラインとフォローアップとの間における変化は、MQL-10の「身体的健康」、およびSS-20の合計得点と「社会・他者とのつながり」において有意に上昇した。SS-20の合計得点が5点以上増加した12人のうち、2人を対象にインタビュー調査したところ、スピリチュアルな態度や価値観の変化が見られたことから、レスポンス・シフトが起こっていることが示唆された。

キーワード

岡田式健康法、SKY式精神性尺度、MOAQOL調査票、混合研究法、レスポンス・シフト

1. 緒 言

一般社団法人MOAインターナショナル（以下「MOA」）は、2011年5月、医療法人財団愛和会広島クリニックと共同で運営する統合医療施設として広島療院を開設した¹⁾。現代医学による治療に岡田式健康法を組み合わせ、統合医療を提供している。岡田式健康法は、岡田茂吉（1882-1955）が提唱した健康論が基になっている。具体的には岡田式浄化療法、食事法、美術文化法の3つの健康法で構成されている²⁾。

その中で、美術文化法（アートヘルスケア）は、人間のスピリチュアリティ（霊性・精神性）が高められていくことに着目している³⁾。美を心から楽しむひとときを生活に取り入れ習慣化していくことにより、リラックス度を高め日常のストレスを軽減し、心身の健康を回復していこうとするものである。

美術文化法は、具体的には、生活の身近にあっているでも簡単に触れることができる「花」を活用している。これまでに、花を鑑賞することで、リラックス効果が得られることが報告されている⁴⁾。また、美術品^{5,6)}、庭園⁵⁾、児童書画⁷⁾、および自然景観⁸⁾における癒し効果について多くの報告がある。厚生労働省が進める国民健康づくり運動「健康日本21」において、「こころの健康」の重要性が示されているが⁹⁾、美術文化法はそれに寄与することが期待されている。

広島療院における美術文化法の実施（付録参照）は、MOAが認可するアートヘルスケアアドバイザー

¹一般社団法人MOAインターナショナル
〒730-0813 広島市中区住吉町5-7 広島療院

²一般財団法人MOA健康科学センター
〒413-0038 静岡県熱海市西熱海町1-1-60
連絡先：

木村友昭. TEL: 0557-86-0663, FAX: 0557-86-0665,
E-mail: t-kimura@mhs.or.jp

受付日：2018年4月13日，受理日：2018年11月3日。

またはサポーター資格を取得したボランティアが担当スタッフとともに来院者の受け入れを行っている。ボランティアは、美術文化法の基本³⁾である、自らが楽しみ、美の恩恵に浴すこと、すなわち自らのスピリチュアリティが高められていることが、受け入れにおいて重要なポイントとなっている。したがってボランティアは、美術文化法ルームの環境を整えるために清掃し、また心を込めて丁寧に道具を扱っている。さらに花の準備（水切りなど）は、生命ある物として一本一本手に取り、花びらから葉、茎に至るまで、一つひとつ、それぞれの色彩や形状を見て、その美しさを味わいながら準備している。そして、実際の受け入れに当たって、来院者の気持を察しながら、花と静かに向きあうことができるように、必要最小限度の言葉がけに止めるようにしている。

1日平均2人のボランティアの協力を得ているが、ボランティア活動への参加回数が増えるにつれ、服装をはじめ身づくろい、所作、考え方、生き方等の変化が見られるケースがあった。一般にボランティア活動をしている人は精神性が高いと言われているが、データに基づく検討は、これまでほとんど行われていない。

近年、量的研究と質的研究を組み合わせた混合研究法が注目されている^{10,11)}。本研究は、美術文化法のボランティアを対象に、心理尺度を使用した量的なアプローチと、個別のインタビューによる質的なアプローチを併用して、ボランティア活動の継続によりQOL（生活の質）およびスピリチュアルな態度が変化するかどうかを明らかにするために行った。

2. 方法

2-1 対象者および手順

2014年8月から2017年3月の間、広島市中区にある広島療院において、療院の美術文化法ボランティアを対象に調査を行った。ベースライン調査の項目は、性別、年代、10項目版MOAQOL調査票（MQL-10）¹²⁾、20項目版SKY式精神性尺度（SS-20）、婚姻、職業、所帯年収、および最終学歴であった。調査に先立って、MOA健康科学センター治験審査委員会の承認を受けた（受付番号TS1402、2014年8月3日承認）。調査への

参加は自由意思によるもので、無記名方式で実施し、調査票の記入をもって研究参加の同意とみなした。

ベースライン調査から1年以上経過後、フォローアップ調査（MQL-10、SS-20のみ）を実施した。

2-2 質問票

2-2-1 MQL-10

大規模調査のために開発されたMQL-10は、包括的なQOL尺度であり、信頼性と妥当性が検証されている¹²⁾。10項目の質問で構成されており、各質問に対する選択肢は5つである。それらに0点から4点を与えて加算することにより合計得点（範囲：0～40点）が得られる。また、下位尺度として、身体的健康（「身体」、範囲：0～16点）および心理的健康（「心理」、範囲：0～20点）の得点が計算される。得点が高いほど、QOLが良好であることを示す。

2-2-2 SS-20

SS-20は、スピリチュアルな態度を評価するために開発された25項目版SKY式精神性尺度（SS-25）の短縮版として作成された。SS-25は、社会・他者とのつながり（「社会」：8項目）、信仰的感性（「信仰」：8項目）、人生への満足感（「満足」：4項目）、およびその他の5項目の質問から構成されている。大学生を対象としたSS-25の先行研究で、内部一貫性による信頼性、および因子妥当性が示され、さらに抑うつや宗教団体への所属との関連により尺度の概念の妥当性が確認された^{13,14)}。

SS-20は、SS-25の項目のうち、その他の項目を除く20項目から構成され、一部の字句を修正して作成された¹⁵⁾。「社会」の領域は、社会貢献や他者への感謝などの行動により、他者や社会との良好な関係性を築くことを評価するものである。「信仰」の領域は、超越した力や目に見えない世界を信じることを評価するものであり、神仏の信仰だけでなく非宗教的な信念を含んでいる。「満足」の領域は、人生の目的に関して満足や安寧を感じることを評価するものである。

回答は、各質問に対して、5個の選択肢がある。また、20項目中、反転項目が2つある。それらに1点から5点を与えて加算することにより合計得点（範囲：20～100点）が得られる。各下位尺度も同様に加算

し、「社会」（範囲：8～40点）、「信仰」（範囲：8～40点）、および「満足」（範囲：4～20点）の得点が得られる。それぞれの得点が高いほど、精神性や満足感が高く、好ましい態度であることを示す。

2-2-3 その他の質問項目

地域住民における先行研究¹⁶⁾に使用された質問項目の中から、以下の項目を選択した。

婚姻状況については、「結婚している」（既婚）、「結婚していたが、今は一人だ」（離婚・死別）、「結婚したことがない」（未婚）の3択とした。

職業については、「雇用されている」、「自営（農林水産業を含む）」、「主婦（パートを含む）」、「無職（学生を含む）」の4択とした。

所帯年収は、「200万円未満」、「200万円～500万円未満」、「500万円～700万円未満」、「700万円～1千万円未満」、「1千万円以上」の5択とした。

最終学歴は、「小・中学校卒」、「高等学校卒（旧制中学含む）」、「短大卒（専門学校含む）」、「大学卒（大学院含む）」の4択とした。

2-3 統計解析

MQL-10、およびSS-20について、平均値と標準偏差を計算した。各尺度におけるベースライン調査とフォローアップ調査の得点の変化は、Wilcoxonの符号付き順位検定で分析した。これらの統計解析は、すべてIBM SPSS Statistics Ver. 20を使用し、有意水準は5%未満とした。

2-4 事例調査

筆頭著者（塚田）が、研究参加者のうち顕著な変化を示した2人に対し個別にインタビュー調査を行った。美術文化法のボランティア活動に参加することにより、心の持ち方、物の見方や考え方、身辺の変化の視点を中心に聞き取りを行った。

事例対象者については、個人が特定されることを回避するため、居住地や社会経済的因子のデータを示さないこととし、インタビュー調査の結果においても、固有名詞や個人が推定される内容を削除するなど、プライバシーの保護に配慮した。

3. 結 果

3-1 サンプルの概要

研究参加者は144人（男性4人、女性140人）で、1年以上経過後のフォローアップ調査の参加者は63人（43.8%：男性2人、女性61人）であった。表1に、研究参加者の属性（性別、居住地、年代、婚姻状況）、および社会経済的地位（職業、所帯年収、最終学歴）を示す。居住地は中国地方5県であるが、本調査を

表1 研究参加者の属性および社会経済的地位[†]

因子	カテゴリー	ベースライン (n = 144)		フォローアップ (n = 63)	
		度数	%	度数	%
性別	男性	4	2.8	2	3.2
	女性	140	97.2	61	96.8
居住地	広島県	64	44.4	35	55.6
	岡山県	25	17.4	8	12.7
	山口県	15	10.4	5	7.9
	島根県	31	21.5	14	22.2
	鳥取県	9	6.3	1	1.6
年代	49歳以下	13	9.1	6	9.5
	50～64歳	56	39.2	20	31.7
	65～74歳	64	44.8	36	57.1
	75歳以上	10	7.0	1	1.6
	欠損データ	1		0	
婚姻状況	既婚	109	76.2	48	77.4
	離婚・死別	29	20.3	11	17.7
	未婚	5	3.5	3	4.8
	欠損データ	1		1	
職業	雇用	23	16.1	8	12.7
	自営	6	4.2	2	3.2
	主婦	73	51.0	30	47.6
	無職	41	28.7	23	36.5
	欠損データ	1		0	
所帯年収	200万円未満	36	29.5	18	34.0
	200～500万円	58	47.5	25	47.2
	500～700万円	16	13.1	4	7.5
	700万円以上	12	9.8	6	11.3
	欠損データ	22		10	
最終学歴	小・中学校	13	9.2	5	8.1
	高等学校	98	69.5	45	72.6
	短大・専門	25	17.7	10	16.1
	大学	5	3.5	2	3.2
	欠損データ	3		1	

[†] 因子ごとに度数とパーセンテージを示す。

欠損データがある因子では、有効データ数を分母として計算した。

行った広島県がもっとも多く、64人（44.4%）であった。年代は、65～74歳のいわゆる前期高齢者が64人（44.8%）でもっとも多く、50～64歳（39.2%）がそれに次いだ。婚姻状況は既婚者が大半を占め、109人（76.2%）であった。職業は主婦がもっとも多かった（73人、51.0%）。所帯年収は、200～500万円が58人（47.5%）でもっとも多く、200万円未満（29.5%）がそれに次いだ。最終学歴は、高等学校卒がもっとも多かった（98人、69.5%）。研究参加者の各因子における最頻値のカテゴリーは、フォローアップの最頻値のカテゴリーと一致した。

3-2 QOLおよびスピリチュアルな態度の変化

ベースラインにおけるMQL-10の合計得点の平均値は、 28.5 ± 4.90 (SD) (有効データ数143) であった。また、SS-20の合計得点の平均値は、 89.7 ± 6.46 (SD) (有効データ数144) であった。

表2に、フォローアップ調査に参加した63人のベースラインとフォローアップ時におけるMQL-10およびSS-20の平均得点、ならびに得点の変化の検定結果を示す。ベースラインの得点を見ると、63人の平均値は研究参加者全体の平均値とほぼ同様の値であった。ベースラインとフォローアップとの間における変化は、MQL-10の「身体」、ならびにSS-20の合計得点および

表2 10項目版MOAQOL調査票 (MQL-10) および20項目版SKY式精神性尺度 (SS-20) におけるベースラインとフォローアップ間の得点の変化 (n=63)

尺度		ベースライン		フォローアップ		検定 [†]
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	
MQL-10	合計	28.6	5.26	29.2	4.16	ns
	身体	12.3	2.32	12.9	1.92	*
	心理	13.8	2.95	13.7	2.54	ns
SS-20	合計	89.4	6.79	90.9	5.97	**
	社会	37.3	2.33	37.7	2.13	*
	信仰	37.2	3.07	37.7	2.44	ns
	満足	15.0	3.01	15.5	2.49	ns

[†] 尺度の得点の変化は、Wilcoxonの符号付き順位検定による。

平均測定間隔は、502日

**p<0.01; *p<0.05; ns: not significant (有意ではない)

「社会」において有意に上昇した。

4. 事例

4-1 事例1：Aさん（60歳代・女性）

Aさんは、主婦であり、夫と息子と3人で暮らしている。本研究が開始する数年前からボランティア活動に参加してきた。AさんのMQL-10およびSS-20の得点を表3に示す。ベースラインとフォローアップとの間で、両尺度とも得点が大きく上昇した。以下に、Aさんがインタビューで語った言葉の一部を示す。

- ボランティアは、自分が癒されたいばかりで、家から逃れるための逃げ場所になっていました。ボランティアに参加することで、背負ってきた家や近所でのごたごたを、いつのまにか降ろして気持ちが軽くなり「また頑張ろう」という気持ちが湧いて、心がリセットされる状態が2～3年続いていたように思います。
- ギャラリー展示作品や床の間の鑑賞、お花の手入れをするなかで、優しい気持ちになります。ルーム全体の空間美の中に包まれたみたいな感覚になり、何もかも忘れ、心が落ち着いて清々しくなり、豊かな気持ちになります。
- 心が豊かになる感じを、「そのまま家に持って帰れたらなあ」と思うようになり、また、家族のために心を込めて食事の準備をするなど、感謝の毎日です。家族間の悩みだけでなく、地域の人間関係でもひどく悩んだ時期が続きましたが、嫌なことを言われても、さりと流して気にならなくなり、気持ちよく穏やかに生活できるようになりました。

Aさんのコメントにあるように、参加初期の頃、笑顔はなく、元気のない暗い感じの様子だった。しかし徐々に、自分の気持ちを言葉にし、笑い声も聞かれるようになった。また、気持ちの変化だけでなく、同時に服装や身だしなみにも変化が現れてきた様子も認められた。

4-2 事例2：Bさん（20歳代・女性）

Bさんは、パートタイマーとして勤務しており、母と妹と3人で暮らしている。本研究のベースライン調査のときが初めてのボランティア参加であった。BさんのMQL-10およびSS-20の得点を表3に示す。ベースラインとフォローアップとの間で、SS-20の合計得点が上昇した。以下に、Bさんがインタビューで語った言葉の一部を示す。

- ボランティアでお花との対話をする思いで水切りをすると、楽しくなって心がすっきりするという体験があり、家でも水切りをするようになりました。いらいらして親とも意見が合わずうまくいかないときは、家中のお花を全部集めて水切りをします。そのうち私の心が落ち着いてきて親への気持ちが変わってきます。すると親の私への態度も変わってきます。
- ボランティアで「花に触れることは心のセルフケアの一つですよ」と教わりましたが、「本当にそうだなあ」と実感しています。以前は寝るだけの、暗い自分の部屋でしたが、今では掃除ができるようになるとともに花を飾って楽しむようになりました。
- 今まで長いこと「どうしよう」が口癖になるほど、不安でたまらない気持ちの毎日でしたが、最近は、頭や心もすっきりして、今まで何に悩んでいたのかと思うくらい、迷いがなくなって心が楽になりました。今では、不安のせいで自分自身の体調を悪くしていたのでは、とさえ感じています。
- 以前は、いつも時間に追われているような気持ちでしたが、今では、仕事が終わった後なども、他のことができたりする余裕も生まれ、仕事でいろいろあっても、花に触れることで、心を切り替えることができるようになってきました。

Bさんは、初めてボランティア活動に参加したときは、20代という年齢にも関わらず、全体的に元氣や覇氣がない様子で、おどおどしている感じを受けた。ボランティアの回数が増えるにつれて明るくなり、顔つきなどしっかりしてきたように窺えた。最初の頃は、

表3 事例1および2における10項目版MOAQOL調査票（MQL-10）および20項目版SKY式精神性尺度（SS-20）の得点の変化

尺度		事例 1 : A さん		事例 2 : B さん	
		ベース ライン	フォロー アップ	ベース ライン	フォロー アップ
MQL-10	合計	24	31	22	23
	身体	12	14	9	11
	心理	9	14	11	10
SS-20	合計	78	91	83	88
	社会	33	37	34	36
	信仰	32	37	36	38
	満足	13	17	13	14

依頼したことだけは責任を持ってしていたが、徐々にその次の作業を想定して行動できるようになるなど、積極性も見られるようになった。

5. 考 察

5-1 量的アプローチ

本研究では、美術文化法のボランティアにおけるQOLとスピリチュアルな態度を評価し、ボランティア活動の継続により、それらが変化するかどうかを検出した。ベースラインにおける得点がかかなり高かったことは、予測した通りであった。とくにSS-20においては、合計得点が100点満点で約90点であり、これ以上の得点の上昇は困難と考えられる。このような天井効果が見られるサンプルにおいて、さらに有意な上昇が見られたことは意義深い。

Terborgら¹⁷⁾は、質問紙などの自己評価における測定値の変化には α 変化、 β 変化、および γ 変化があることを示した。 α 変化は、被験者の評価基準が一定で、測定値の変化と実際の変化が一致していることを示している。 β 変化は、測定期間の間に被験者の評価基準が変化している状態であり、また γ 変化は、測定項目の概念そのものが変化している状態である。たとえば、痛みの自己評価は、より強い痛みを経験することにより、評価基準が変わる場合がある（ β 変化）。また、幸福感や満足感の自己評価は、言葉の定義や価値観が変わる場合がある（ γ 変化）。このような変化はレスポン

ス・シフトと呼ばれ、QOL研究などで注目されている^{18,19)}。とくに、 γ 変化は既存の質問紙では測定することはできないので、個別に聞き取りを行うなど、質的なアプローチが必要である。本研究では、量的なアプローチで変化を十分にとらえられない側面を質的なアプローチで補完している。

SS-20の反応性は明らかになっていないが、別の調査研究¹⁵⁾における分析結果に基づき、標準偏差の約1/2である5点以上の変化を意味のある変化と仮定する。フォローアップ調査に参加した63人のうち、SS-20の合計得点が5点以上増加した人は12人(19.0%)、反対に5点以上減少した人は3人(4.8%)、変化の小さい人は48人(76.2%)であった。

5-2 質的アプローチ

スピリチュアルな態度が変化すると仮定される12人の候補者のうち、2人をインタビュー調査の対象者として選定した。インタビュー調査は、フォローアップ調査の、さらに半年後以降に行われたため、その期間にも心の状態が大きく変化した可能性がある。2人とも尺度の得点の変化と本人のコメントがよく一致しているので、ボランティア活動の継続により、QOLおよびスピリチュアルな態度に変化がもたらされたと考えられる。また、インタビューの回答から物事の捉え方や価値観の変化も窺われるので、レスポンス・シフトが起こっていると考えられる。事例調査の結果、尺度の得点の変化と聞き取り内容によって、美術文化法のボランティア活動の継続はQOLやスピリチュアルな態度を変化させることが示唆された。

緒言で述べたように、ボランティアが大切にしているポイント、すなわち来院者の受け入れの準備を通して心が和み、楽しさや喜びが湧いてくるなど、ボランティアは、自らの心身の変化を実感していた。これらの変化は、ボランティア自身が美の恩恵に浴することで、起きてくるものと推測される。

5-3 美の心理的効果について

18世紀の哲学者、エドモンド・バークは、その著書『崇高と美の観念の起原』²⁰⁾において、美という言葉は、「物体に備わっていて我々に愛もしくはそれに似た種類

の情念を生み出す」ような性質であると定義し、「美は大抵の場合感覚の仲介によって人間の心に機械的に作用する或る事物の性質」と結論づけた。また、アンドルー・ワイル²¹⁾は、「人間が創造する美には、われわれを否定的な思考から外につれだし、スピリットを高揚させてくれる自然の美とおなじ力がある」と述べ、美術作品や自然の美を生活空間に取り入れることを推奨した。これらの著述は、自然や芸術における美には、人間の心にポジティブに作用する効果があることを示している。さらに、Ishizuら²²⁾は、機能的磁気共鳴画像装置(functional magnetic resonance imaging: fMRI)を用いて、美しいと感じたときに前頭葉の一部で血流量が増加し、脳機能が活性化することを実験的に示した。以上のことから、本研究において「美の力」がボランティアの脳に作用し、心の変化、言葉や行動の変化、さらには人生観などのスピリチュアルな態度にまで変化がもたらされたものと推察される。

5-4 本研究の限界と今後の課題

本研究には、いくつかの限界がある。調査場所は国内の1か所の施設なので、本研究の結果を一般化することはできない。また、ベースライン測定より以前からボランティア活動に参加している人が多く含まれていたため、ベースラインは初回の参加を意味しない。さらに、フォローアップ調査の参加率は50%未満であるため、ボランティア活動に満足している人に偏っている可能性がある。したがって、本研究の結果は、いくぶんか割り引いて解釈する必要がある。これらの限界にもかかわらず、本研究は、混合研究法の手法を活用し、部分的にボランティアのスピリチュアルな態度の変化を明らかにすることができたと考えられる。

今後、ボランティアを対象に調査する場合、初期の対象者に絞って計測を行い、継続効果を明らかにする必要がある。その際、レスポンス・シフトを評価するためにも、初期の段階でのインタビュー調査が重要である。また、美術文化法だけでなく、他の健康法のボランティアにおける心理や行動に関する調査研究へと発展させるために、ボランティア活動の参加動機や満足感を量的に測定した報告²³⁾などを参考にして、今後、さまざまな尺度の利用を検討する必要があると考

えられる。

謝 辞

本研究の参加者の皆さま、および支えてくださった広島療院の関係者の皆さまに深く感謝いたします。

なお、本論文の研究内容について開示すべき利益相反 (conflict of interest: COI) はありません。

[参考文献]

- 1) MOA インターナショナル. 「広島療院」. 健康法 natural. <https://moa-natural.jp/facility/%e5%ba%83%e5%b3%b6%e7%99%82%e9%99%a2>, (accessed 2018-6-30).
- 2) MOA インターナショナル. 健康法 natural. <https://moa-natural.jp/>, (accessed 2018-6-30).
- 3) MOA インターナショナル. アートヘルスケア 美を楽しむ健康法: 美しく輝き健康になる5つのポイント. 2015
- 4) 山根健治, 梅澤美和, 内田誠也ほか. 花が人間の生理・心理学的パラメータに及ぼす影響. MOA 健科報. 8, 51-59. 1999
- 5) 内田誠也, 岡田雄太, 木村友昭ほか. 庭園や美術品の鑑賞による癒しが人の心理や生理に及ぼす効果. MOA 健科報. 16, 31-39. 2012
- 6) 木村友昭, 松本洸, 内田誠也ほか. 尾形光琳300年忌記念特別展における美術品鑑賞による癒し効果: 回答者の性別, 年代, 生活の質 (QOL) と癒し度との関連. MOA 健科報. 19, 3-12. 2015
- 7) 内田誠也, 木村友昭, 岡田雄太ほか. 「癒し」評価スケールを用いた児童書画鑑賞による癒し: 3つの年齢群間の特徴について. MOA 健科報. 18, 67-72. 2014
- 8) 中川祥治, 菅原啓順, 池田俊一ほか. 大規模ヒマワリ畑の景観が人に与える癒し効果. MOA 健科報. 18, 53-65. 2014
- 9) 厚生労働省. 健康日本21 (休養・こころの健康). http://www1.mhlw.go.jp/topics/kenko21_11/b3f.html, (accessed 2018-6-30).
- 10) 廣瀬春次. 混合研究法の現在と未来. 山口医学. 61, 11-16. 2012
- 11) 大谷順子. 質的アプローチを用いた研究手法: 健康教育分野への適用. 日健教誌. 22, 177-184. 2014
- 12) 木村友昭, 鈴木清志, 森岡尚夫ほか. 大規模健康調査のためのQOL尺度開発とその妥当性の検証: 10項目版MOAQOL調査票 (MQL-10). MOA 健科報. 13, 73-84. 2009
- 13) 木村友昭, 佐久間哲也, 伊坂裕子ほか. 大学生および社会人における抑うつ症状とスピリチュアルな態度との関連. MOA 健科報. 20, 3-14. 2016
- 14) Kimura T, Sakuma T, Isaka H, et al. Depressive symptoms and spiritual wellbeing in Japanese university students. Int J Cult Ment Health. 9, 14-30. 2016. doi:10.1080/17542863.2015.1074261.
- 15) 木村友昭, 佐久間哲也, 鈴木清志ほか. エネルギー療法の継続がQOLとスピリチュアルな態度に及ぼす効果の全国調査. 日本統合医療学会誌. 11. 2018 (In press)
- 16) 木村友昭, 佐久間哲也, 伊坂裕子ほか. 社会経済的要因およびライフスタイルは、「人生・生活の質」およびスピリチュアルな態度に関連する: 地域住民を対象とした横断的調査の結果より. MOA 健科報. 21, 3-16. 2017
- 17) Terborg JR, Howard GS, Maxwell SE. Evaluating planned organizational change: A method for assessing alpha, beta, and gamma change. Acad Manage Rev. 5, 109-121. 1980. <http://www.jstor.org/stable/257811>.
- 18) Sprangers MAG, Schwartz CE. Integrating response shift into health-related quality of life research: A theoretical model. Soc Sci Med. 48, 1507-1515. 1999. doi:10.1016/S0277-9536(99)00045-3.
- 19) Schwartz CE, Sprangers MAG. Methodological approaches for assessing response shift in longitudinal health-related quality-of-life research. Soc Sci Med. 48, 1531-1548. 1999. doi:10.1016/S0277-9536(99)00047-7.
- 20) エドモンド・バーク. (訳者) 中野好之. 崇高と美の観念の起原. みすず書房. 東京. 99-138. 1999 (原著: Burke E. A philosophical enquiry into the origin of our ideas of the sublime and beautiful.

- Oxford University Press. New York. 2008)
- 21) アンドルー・ワイル. (訳者) 上野圭一. 「第7章 世俗的霊性と感情のウェルビーイング」. ワイル博士のうつが消えるこころのレッスン. 角川書店. 東京. 239-279. 2012 (原著: Weil A. "Secular spirituality and emotional well-being." Spontaneous happiness. Little, Brown and Company. New York. 167-194. 2011)
- 22) Ishizu T, Zeki S. Toward a brain-based theory of beauty. PLoS ONE. 6: e21852. 2011. doi:10.1371/journal.pone.0021852.
- 23) 坂野純子, 矢嶋裕樹, 中嶋和夫. 地域住民におけるボランティア活動への参加動機と満足感の関連性. 東保学誌. 7, 17-24. 2004

付録. 広島療院における美術文化法の概要[†]

広島療院における美術文化法は、2階の「美術文化法ルーム」(以下、「ルーム」)にて実施している。

1. 来院者は、ルームの入口前に設えてある季節の花や、そこに設置されているミニギャラリーの展示作品を鑑賞できる。

展示内容は、吉田博や歌川広重の版画作品、およびMOA美術館全国児童作品展の優秀作品(絵画・書)等で、定期的に入れ替えを行っている。

2. 美術文化法は、二種類の健康法体験時間が提案されている。

① 「抹茶」を頂きながら、ゆっくり過ごす時間

ルーム内には日本間が施されてあるが、茶道の知識や作法にとらわれず、椅子席で季節のお菓子とお抹茶を頂く。床には書や絵画の軸、季節の花が設えてあり、その和の空間を味わいながらゆったりと過ごす。

② 心惹かれた植物(花、枝もの)1本を手にとって愛でる時間

露地栽培、花屋購入の切り花、枝ものを織り混ぜて準備した15~20本を一本一本眺めた後、心ときめいたものを一つ選び改めてゆっくり愛でる。その後、希望により12~15種類の花入れの中から器を選び、自分が思ったように花を飾って自身で鑑賞する。

[†] 広島療院における美術文化法の手順を示す。本付録は、論文の内容を補完する目的で作成された。

Spiritual Attitude Changes in Volunteers at a Health Promotion Facility: A Mixed Methods Approach to Assessing Volunteers for Art and Culture Activities

Yoshiko TSUKADA¹, Kiyoshi TOMITA¹ and Tomoaki KIMURA²

Abstract

The purpose of this study was to understand the impact of volunteers' continuous activities at a health promotion facility on their quality of life and spiritual attitude. The study used both a quantitative approach using psychological measures and a qualitative approach using individual interviews. From August in 2014 to March in 2017, volunteers for art and culture activities participated in this study at Hiroshima Ryoin, an integrative medicine facility. They completed the 10-item Mokichi Okada Association (MOA) Quality of Life Questionnaire (MQL-10) and the 20-item Sky Spirituality Scale (SS-20). After more than one year, follow-up survey was conducted. Of the original 144 participants, 63 (43.8%) participated in the follow-up survey. From the baseline survey and the follow-up survey, the "physical health" score, a subscale of the MQL-10 was found to be significantly elevated. The total score of the SS-20 and a subscale "social connection" were also significantly elevated. Twelve participants' scores of the SS-20 increased by more than 5 points. Two of these participants were interviewed, and as changes in their spiritual attitude and values were observed, results suggested that a response shift may have occurred.

Keywords:

Okada Health and Wellness program, Sky Spirituality Scale, MOA Quality of Life Questionnaire, mixed methods research, response shift

¹MOA International, Hiroshima Ryoin, 5-7 Sumiyoshi-cho, Naka-ku, Hiroshima, Hiroshima 730-0813, Japan. ²MOA Health Science Foundation, 1-1-60 Nishi-Atami, Atami, Shizuoka 413-0038, Japan.

Corresponding author: Tomoaki Kimura, Ph.D. TEL: (+81)557-86-0663, FAX: (+81) 557-86-0665, E-mail: t-kimura@mhs.or.jp

Received 13 April 2018; accepted 3 November 2018.